



**UNIVERSIDADE ESTADUAL DA PARAÍBA
CAMPUS I - CAMPINA GRANDE
CENTRO DE CIÊNCIAS BIOLÓGICAS E DA SAÚDE
DEPARTAMENTO DE PSICOLOGIA
GRADUAÇÃO EM PSICOLOGIA**

VICTÓRIA MARIA DE FREITAS NUNES

**A MÚSICA COMO UM RECURSO TERAPÊUTICO COM UM GRUPO DE
HOMENS IDOSOS DURANTE O ISOLAMENTO SOCIAL**

CAMPINA GRANDE - PB

2022

VICTÓRIA MARIA DE FREITAS NUNES

**A MÚSICA COMO UM RECURSO TERAPÊUTICO COM UM GRUPO DE
HOMENS IDOSOS DURANTE O ISOLAMENTO SOCIAL**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Departamento do curso de Psicologia da Universidade Estadual da Paraíba como requisito parcial à obtenção do título de bacharel em Psicologia.

Orientadora: Maria do Carmo Eulálio

CAMPINA GRANDE - PB

2022

É expressamente proibido a comercialização deste documento, tanto na forma impressa como eletrônica. Sua reprodução total ou parcial é permitida exclusivamente para fins acadêmicos e científicos, desde que na reprodução figure a identificação do autor, título, instituição e ano do trabalho.

N972m Nunes, Victoria Maria de Freitas.

A música como um recurso terapêutico com um grupo de homens idosos durante o isolamento social [manuscrito] / Victoria Maria de Freitas Nunes. - 2022.
28 p.

Digitado.

Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Psicologia) - Universidade Estadual da Paraíba, Centro de Ciências Biológicas e da Saúde, 2022.

"Orientação : Profa. Dra. Maria do Carmo Eulálio , Departamento de Psicologia - CCBS."

1. Homens idosos. 2. Música - psicologia. 3. Isolamento social - pandemia. I. Título

21. ed. CDD 150

VICTÓRIA MARIA DE FREITAS NUNES

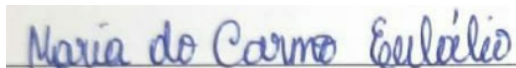
**A MÚSICA COMO UM RECURSO TERAPÊUTICO COM UM GRUPO DE
HOMENS IDOSOS DURANTE O ISOLAMENTO SOCIAL**

Trabalho de Conclusão de Curso (Artigo) apresentado a/ao Coordenação /Departamento do Curso de Psicologia da Universidade Estadual da Paraíba, como requisito parcial à obtenção do título de bacharelado em Psicologia.

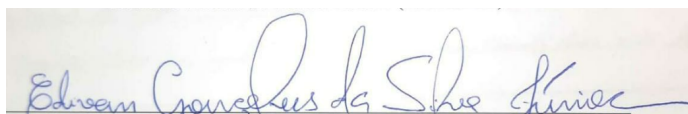
Área de concentração: Psicologia.

Aprovada em: 01/12/2022.

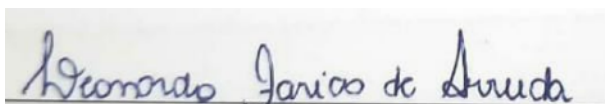
BANCA EXAMINADORA



Prof. Dr^a Maria do Carmo Eulálio (Orientador)
Universidade Estadual da Paraíba (UEPB)



Prof. Me. Edivan Gonçalves da Silva Júnior (membro interno)
Universidade Estadual da Paraíba (UEPB)



Prof. Leonardo Farias de Arruda (membro interno)
Universidade Estadual da Paraíba

Ao meu avô Antônio de Freitas por tudo que é para mim, pelo amor partilhado, pela força que sua vida me trás e pela motivação que é em tantos aspectos desse caminho que escolhi trilhar.

*“A arte existe para que a realidade não nos
destrua”
(Friedrich Nietzsche)*

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO.....	07
2 FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA.....	07
2.1 Envelhecimento e pandemia.....	07
2.2 Música e subjetividade.....	09
2.3 A música como recurso terapêutico.....	10
3 METODOLOGIA.....	11
3.1 Tipo de estudo.....	11
3.2 Amostra estudada.....	11
3.3 Local da pesquisa.....	12
3.4 Procedimento de coleta de dados.....	12
3.5 Procedimento de análise de dados.....	14
3.6 Aspectos éticos.....	14
4 RESULTADOS E DISCUSSÃO.....	14
4.1 Caracterização dos participantes da pesquisa.....	14
4.2 Categoria 1 - Evocação de lembranças.....	16
4.3 Categoria 2 - Vivências do tempo presente.....	17
4.4 Categoria 3 - Vulnerabilidades no isolamento social.....	19
5 CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	21
REFERÊNCIAS	22

RESUMO

O presente estudo tem como objetivo analisar o uso da música em intervenções *online* com um grupo de homens idosos no período de isolamento social. Trata-se de uma pesquisa qualitativa de cunho exploratório e descritivo. A amostra foi composta por 7 homens idosos com idade entre 63 e 78 anos selecionados pela técnica de amostragem bola de neve (snowball sampling). O procedimento de coleta de dados ocorreu por meio de um questionário sociodemográfico e oficinas de dinâmica de grupos no formato *online*, devido ao isolamento social da pandemia da COVID-19. Foram realizadas 9 oficinas que ocorreram no período de janeiro a abril de 2021 com duração média de 90 minutos. Foi realizada uma análise descritiva dos dados obtidos no Questionário Sociodemográfico com a utilização do software *Statistical Package for the Social Sciences* (SPSS) v.25 e uma análise temática de conteúdo do tipo categorial dos dados qualitativos conforme proposto por Bardin. Deste processo, emergiram as seguintes categorias temáticas: Evocação de lembranças; vivências do tempo presente; vulnerabilidades no isolamento social. No presente estudo, a música foi um importante recurso para evocação de lembranças de momentos e pessoas queridas, processo este importante para promover um sentimento de nostalgia, bem-estar e amenizar a saudade diante do isolamento. A música também foi importante como um recurso expressivo, logo, possibilitou a expressão das vulnerabilidades que permeiam o viver em um isolamento social. No entanto, não apenas proporcionou a exposição da fragilidade e do desamparo, mas também proporcionou acolhimento e elaboração para lidar com os sentimentos advindos desse processo.

Palavras-chave: idosos; música; isolamento social.

ABSTRACT

The present study aims to analyze the use of music in online interventions with a group of elderly men in the period of social isolation. This is a qualitative, exploratory and descriptive research. The sample consisted of 7 elderly men aged between 63 and 78 years old selected using the snowball sampling technique. The data collection procedure took place through a sociodemographic questionnaire and online group dynamics workshops, due to the social isolation of the COVID-19 pandemic. 9 workshops were held from January to April of 2021 with an average duration of 90 minutes. A descriptive analysis of the data obtained from the Sociodemographic Questionnaire was carried out using the Statistical Package for the Social Sciences (SPSS) v.25 software and a content thematic analysis of the qualitative data as proposed by Bardin. From this process, the following thematic categories emerged: Evocation of memories; experiences of the present time; vulnerabilities in social isolation. In the present study, music was an important resource for evoking memories of moments and loved ones, an important process to promote a feeling of nostalgia, well-being and ease the longing in the face of isolation. Music was also important as an expressive resource, therefore, it enabled the expression of vulnerabilities that permeate living in social isolation. However, it not only enabled the exposure of fragility and helplessness, but also provided warmth and elaboration to deal with the feelings arising from this process.

Key-words: seniors; song; social isolation.

1 INTRODUÇÃO

Em março de 2020, a Organização Mundial da Saúde (OMS) declarou que estava em curso a pandemia do novo coronavírus (SARS-CoV-2). Sua disseminação ocorreu de forma muito rápida, impactando profundamente a saúde pública (COSTA, 2020) e constituindo-se como uma crise de natureza biológica, social e histórica (MASCARO, 2020). Diante desse cenário, o mundo adotou medidas de isolamento social, fator este que, somado às mortes e hospitalizações, acentuou o sofrimento psíquico da população e afetou diferentemente cada grupo geracional (HAMMERSCHMIDT; SANTANA, 2020).

As ações e estratégias de isolamento social para as pessoas idosas, por serem consideradas um grupo de risco, foram ainda mais severas (HAMMERSCHMIDT; SANTANA, 2020). Com isso, o bem-estar e a saúde mental desta população foram fortemente impactados, gerando sentimentos de medo, ansiedade, estresse, raiva e solidão. É importante considerar que há muitos fatores de variabilidade que influenciaram a forma como o isolamento foi vivenciado por esse grupo etário no Brasil, como condições de saúde, moradia, rede de apoio e desigualdade social (MOURA, 2021).

Observa-se ainda, o predomínio de mulheres na população mundial e também brasileira, um fator preocupante por evidenciar que o gênero se constitui como uma característica que age de forma predominante no processo de envelhecimento e cuidado em saúde (MAXIMIAMO-BARRETO, 2019).

Diante desse cenário, Facó e colaboradores (2021) salientam a importância do desenvolvimento de intervenções no cuidado à saúde mental de idosos com o objetivo de minimizar os impactos psicológicos causados pela pandemia. Destacam ainda a utilização de plataformas *online* como uma alternativa viável para fornecer suporte às pessoas em sofrimento psíquico diante das medidas de contenção ao vírus. Além de facilitar a realização de intervenções psicossociais, podem proporcionar a redução do isolamento social e de seus efeitos (SANTANA; ARAGÃO; BERNARDO, 2021).

No tocante às intervenções psicológicas, a música se sobressai como uma forma de comunicação (CLARO; ESTEVES, 2020) e um importante recurso para provocar reflexões, facilitar a expressão de sentimentos e contribuir para o alívio do estresse e de situações de sofrimento psíquico (NASCIMENTO *et al.*, 2018). Além disso, pesquisas no campo da neurociência têm mostrado que a atividade musical apresenta muitos benefícios do ponto de vista cognitivo (RIZZO; FERNANDES, 2018). Uma vez que envolve de forma precisa descargas neuroquímicas e a recolhida de sistemas de previsão lógica e de recompensa emocional (MARQUES, 2020).

Nesse sentido, durante o período de isolamento social, respondendo à necessidade de desenvolvimento de ações voltadas à mitigação dos efeitos psicossociais da COVID-19 e do isolamento social com a população idosa, foram desenvolvidas oficinas de intervenções de forma *online* com a utilização da música como recurso terapêutico com homens idosos. Em face do exposto, o presente estudo tem como objetivo analisar o uso da música e suas repercussões em Oficinas de intervenções *online* com um grupo de homens idosos no período de isolamento social.

2. FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

2.1 Envelhecimento e Pandemia

O envelhecimento populacional tem sido uma das características demográficas mais marcantes desde 1950. Ao longo do século XXI, esse processo se intensificou e resultou em um crescimento do número de idosos na população mundial. Nota-se que a realidade no

Brasil segue à tendência global, mas com a particularidade de um crescimento ainda mais acentuado, chegando a um crescimento projetado para o ano de 2100, 55,2 vezes o percentual de idosos verificado em 1950 (ALVES, 2019). No contexto brasileiro, o envelhecimento populacional da região nordeste tem ganhado destaque, uma vez que possui uma extensa dimensão territorial, é a terceira região mais envelhecida do país e conta com um contexto que, historicamente, é marcado por desigualdades sociais (SILVA, 2016).

Muito embora, o envelhecimento populacional seja uma realidade à nível global, em muitas culturas os idosos são estereotipados e tais estigmas passam a fazer parte de seu cotidiano. A sociedade das mercadorias e mercadores, que é regida pelos ditos do imediato, do novo, do produtivo, do transitório e da aparência - a despeito do conteúdo - submete em diferentes modos, todos os indivíduos. Nessa lógica, se imprime ao idoso o selo de anacrônico e, assim, a figura do idoso é comumente associada ao avesso do criativo, do produtivo, da vitalidade, da virilidade, da força, da beleza, da rapidez e da agilidade (VIEIRA; MACIEL, 2020).

Soma-se a este cenário o fenômeno de feminização da velhice - o predomínio de mulheres na população envelhecida. Acompanhando também o cenário global, a população idosa brasileira é majoritariamente feminina. Este fenômeno pode ser compreendido a partir da ótica que há várias características que influenciam o modo de viver dos sujeitos, principalmente no que diz respeito às questões de gênero e a criação de papéis sociais. Tais questões criam diferentes esferas, onde hábitos de autocuidado, por exemplo, são socialmente atribuídos à mulher. Nesse sentido, é importante compreender que o gênero se constitui como uma característica que age de forma predominante no processo de envelhecimento (MAXIMIANO-BARRETO, 2019).

Correa, Alcaças e Assis (2020) realizaram um estudo para investigar como o homem se prepara a velhice e quais suas dedicações nesse processo de cuidado. O estudo foi realizado com 50 homens com idades de 20 a 43 anos estudantes da Universidade de Mogi das Cruzes. Pôde-se constatar que grande parte do grupo estudado só buscava os serviços de saúde em situações emergências, foi observado um despreparo e falta de práticas saudáveis, como o alcoolismo, tabagismo e falta de prática de exercícios físicos, o qual resulta em problemas de saúde pública e barreiras para atingir a senescência com qualidade (CORREA; ALCAÇAS; ASSIS, 2020).

Durante a pandemia da COVID-19, devido ao potencial de risco, o destaque aos idosos foi aflorado, os direcionamentos e ações para contenção do vírus foram mais intensos e específicos a este grupo. No entanto, concomitantemente às ações de cuidado, foi observado um reforço dos preconceitos e uma supervalorização das características eminentemente negativas, como o emblemático caso do carro 'cata veio' (HAMMERSCHMIDT; SANTANA, 2020). Esse e outros fatores, como o excesso de informação e a morte de entes queridos, impactaram a vida social e provocaram mudanças a nível físico, mental e psicossocial em idosos (OLIVEIRA; SOUSA; FILHO, 2021).

Moura (2021), ao escrever um editorial para a Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia, relatou sua vivência enquanto pessoa idosa de 74 anos que residia sozinha em uma cidade longe de seus familiares durante a pandemia. A autora afirma que a situação de ameaça e isolamento afetaram diretamente seu bem-estar e sua saúde mental, gerando sentimentos de medo, ansiedade, estresse, raiva e solidão. Nesse sentido, destaca-se a necessidade de ações de proteção e cuidado a este público durante o período de isolamento social.

Diante das medidas de proteção ao vírus da COVID-19, as Tecnologias da Informação e Comunicação (TICs) se configuram como uma alternativa para facilitar a realização de intervenções psicossociais, proporcionando a redução do isolamento social e de seus efeitos, bem como trazendo potencial de transformação das interações humanas (SANTANA;

ARAGÃO; BERNARDO, 2021).

Intervenções *online* com pessoas idosas podem proporcionar também a inclusão digital, visto que tal fenômeno ainda é recente e a proporção de idosos usuários da internet encontra-se em crescimento no país. Dessa forma, a vivência de intervenções psicológicas de forma *online* por idosos pode significar uma forma efetiva de promoção à saúde desse grupo, especialmente diante do isolamento social, uma vez que pode proporcionar melhorias das funções relacionadas à socialização, bem-estar e manutenção da autonomia. (YABRUDE *et al.*, 2020).

2.2 Música e subjetividade

Para Avila (2009), ao ouvir uma música o sujeito ouve a si mesmo. O autor em questão ilustra a relação entre música e subjetividade, isto porque a música embora tradicionalmente seja definida como a arte de organizar ou combinar sons (FUSTINONI, 2021), transcende tal compreensão e se caracteriza como uma manifestação artística e cultural de um povo, em uma determinada época ou região, e um veículo usado para expressar os sentimentos (TIAGO, 2021).

A música sempre fez parte da vida cotidiana e possui a ubiquidade e a antiguidade como características marcantes, o que a diferencia de todas as outras atividades realizadas pelo ser humano. Isto porque, não há nenhuma época ou cultura isenta de manifestações musicais, sejam elas realizadas em rituais mais comuns na atualidade como casamentos, aniversários, enterros e orações ou rituais antigos como a utilização de flautas de ossos e tambores feitos com peles de animais esticadas sobre tocos de árvores (LEVITIN, 2021).

Como compreender, então, a perpetuação da música ao decorrer da história humana? Dunbar, Gamble e Gowlett (2014) afirmam que a música ficou inscrita nos seres humanos, pois foi percebida como necessária para a sobrevivência. Em comportamentos mais primitivos, a música serviu de base no estabelecimento de relações entre causa e efeito na evolução e sobrevivência da espécie. Além disso, se constitui como uma das atividades humanas que ativa mais áreas cerebrais a nível cognitivo e emocional (MARQUES, 2020).

Além disso, a música se constitui como linguagem (CLARO; ESTEVES, 2020; FIRME, 2015; PROVIDELLO, 2018). Dessa forma, apresenta uma estreita relação com a subjetividade, pois segundo Firme (2015), a música estabelece as condições de possibilidade aos processos de criação e recriação. O autor supracitado descreve a subjetividade como um modo de sentir, pensar, agir em processo permanente de transformação que não para de ser atravessado por acontecimentos e vivências, como a experiência musical.

A música é uma ferramenta possível para tornar audível aquilo que está como um pensamento, acoplando materiais sonoros e não sonoros, como o tempo e a intensidade da música, mas também aspectos da subjetividade de quem a compôs e a escuta. Pois, através de um processo de decodificação, os componentes da música são transformados em matéria expressiva para serem elaborados e significados por quem a cria, a ouve ou a reproduz (PROVIDELLO, 2018).

Ademais, é uma forma de exposição dos fenômenos humanos, ainda que estejam relacionados à forma pessoal de quem a produz, relaciona-se com aspectos do social, da política e da econômica de determinada época (FIRME, 2015). Dessa forma, uma experiência musical transcende o indivíduo em si, pois pode proporcionar a descoberta de novos sentidos e significados, podendo possibilitar mudanças de suas percepções sobre o mundo e de si próprio (LIMA; SANTANA; MARX, 2018).

Nesse sentido, compreende-se a importância da discussão sobre música e subjetividade no campo da Psicologia (PROVIDELLO, 2018). No entanto, é importante

destacar a escassez de estudos que abordem tal relação (AVILA, 2009; LIMA; SANTANA; MARX, 2018).

2.3 A música como recurso terapêutico

Há milênios, os Xamãs (médicos primitivos da sociedade) utilizavam sons para tratamento do corpo e da alma. Este fato, conforme apontado por (VIEIRA, 2021) ilustra que a utilização da música para melhorar o bem-estar físico e emocional é uma prática comum desde os tempos antigos, evidenciando sua importância mediante os papéis que pode desempenhar na vida das pessoas, pela experiência do seu significado.

Podendo ser utilizada em diferentes contextos, a música se constitui como um recurso terapêutico acessível e com propriedades que podem promover a comunicação, relação, aprendizagem, mobilização, expressão, organização e outros objetivos terapêuticos relevantes, no sentido de alcançar necessidades físicas, emocionais, mentais, sociais e cognitivas (VIEIRA, 2021).

O uso da música nos cuidados da saúde mental reporta-se ao surgimento do homem. Na antiguidade, a música era utilizada como meio terapêutico utilizando da influência de sons melódicos ou rítmicos sobre a fertilidade feminina. Além disso, o estudo de Sarkamo e colaboradores (2016) demonstrou a eficácia da utilização da música como recurso terapêutico em aspectos cognitivos, psicológicos e até motores.

A música afeta o cérebro e é afetada por ele, pois composições e interpretações musicais são resultados de processos cognitivos como planejamento, criatividade, sentimentos e funções desempenhadas pelos lobos cerebrais (SANTOS; PARRA, 2015). As alterações cognitivas podem incluir a alteração dos ritmos elétricos cerebrais, dos ciclos circadianos de sono-vigília, da produção de neurotransmissores, do sistema de neuromodulação da dor e da produção de neurotrofinas em situações desafiadoras, podendo influenciar no aumento da sobrevivência de neurônios e na plasticidade cerebral (MUSZKAT, 2012). Se constitui como um elemento de otimização de funções cerebrais, especialmente para a memória ao estimular a cognição através do armazenamento de símbolos organizados (WEIGSDING; BARBOSA, 2014).

As informações obtidas a partir do estímulo sonoro podem ser levadas por conexões cerebrais para diferentes áreas, dentre estas, destaca-se o hipocampo que está vinculado à memória; o cerebelo que está relacionado à regulação motora durante uma performance musical; a amígdala que atribui um conteúdo emocional ao que está sendo processado; os núcleos Accumbens que são responsáveis pela satisfação; áreas relacionadas ao prazer e recompensa e áreas do lobo frontal que organizam e decodificam os elementos musicais (LOURO; CAVALCANTI; DOURADO, 2021).

A atividade musical mobiliza quase todas as regiões do cérebro e subsistemas neurais de que se tem conhecimento. O cérebro, através da segregação funcional, realiza o processamento da música e analisa seus diferentes aspectos, como altura, andamento e timbre. O ato de fazer música, seja com instrumentos ou através do canto, mobiliza os lobos frontais no planejamento do comportamento e o córtex sensorial que proporciona a resposta tátil, que indica, por exemplo, a tecla do instrumento a ser tocada. Realizar a leitura de uma partitura, por sua vez, mobiliza o córtex visual. Ouvir e rememorar letras de músicas mobiliza centros de linguagem (LEVITIN, 2021).

Já o ato de ouvir uma música tem início nas estruturas subcorticais e avança para o córtex auditivo. No entanto, é importante compreender que quando a música que está sendo ouvida é familiar ao sujeito, ela mobiliza outras regiões do cérebro, como o hipocampo ligado a memória, subseções do lobo frontal, estruturas profundas das regiões reptilianas primitivas do vérmis cerebelar e a amígdala ligadas às emoções (LEVITIN, 2021).

Essa diferenciação regional de estruturas e funções é importante para compreender os efeitos da música no cérebro humano. No entanto, em consonância com a ideia de especificidade regional há também o princípio complementar de distribuição funcional que aborda que no cérebro há uma ampla distribuição de operações e uma capacidade de reorganização diante de traumas e lesões - a neuroplasticidade. Logo, infere-se que não há um centro único da música no cérebro humano (LEVITIN, 2021).

Além disso, o estudo realizado por Paulino, Carvalho e Nigro Filho (2021), aponta que a música pode atuar também no processo de regulação emocional. Percebe-se tal efeito ao deparar-se com o fato que desde tempo imemoriais, mães cantam baixinho para ninar seus filhos e acalantar diante de um choro. Esse fenômeno ilustra a estreita relação entre a música e as emoções (LEVITIN, 2021). Logo, pode-se inferir que música tem a capacidade de evocar estados emocionais em quem a escuta (MARQUES, 2020).

Os campos da neurociência musical e da musicoterapia têm fornecido evidências de como ocorre o processamento da música no cérebro e como ela pode ser usada para fins terapêuticos (SARKAMO *et al.*, 2016). No tocante a discussão sobre música e emoções, especialmente diante de situações de sofrimento, há um ditado popular que enuncia: Quem canta os males espanta. Sobre esta expressão, utiliza-se a afirmação de Mattos e Rangel (2021) e infere-se que, através da música, “o real é transfigurado” (p. 412), proporcionando, assim, conforto em momentos de dificuldade.

Nesse sentido, a música se constitui como um importante recurso para trabalhar com diferentes grupos e contextos, especialmente para as pessoas idosas, ao considerar os benefícios discutidos anteriormente e a diminuição dos sentimentos de isolamento social e solidão que podem ser queixas frequentes na velhice (MEDEIROS *et al.*, 2021).

A música é também facilitadora do processo de aprendizagem na velhice, utilizando a informação e a memória, pois muitas canções podem estar relacionadas à recordações. O idoso pode redescobrir músicas que fizeram parte de seu passado, resgatando emoções antigas, assim como descobrir canções novas. Com isso, a música pode contribuir na redução de insônia, depressão, ou mesmo em quadros de demência ou Alzheimer (FERREIRA, 2018).

Medeiros e colaboradores (2021) destacam que atividades com música em grupos de idosos podem possibilitar uma boa interação entre os envolvidos e, ainda, evocar satisfação e prazer na realização e contribuir para redução dos níveis de estresse e, desta forma, prevenir complicações ou agravamento de doenças que tenham o estresse como fator de risco, além de ajudar na diminuição do isolamento social.

3 METODOLOGIA

3.1 Tipo de estudo

O presente estudo caracteriza-se como uma pesquisa qualitativa de cunho exploratório e descritivo.

3.2 Amostra estudada

Foram convidados 20 homens idosos que apresentavam capacidade de manuseio de utilização das TICs, apenas sete se comprometeram em participar de todas as oficinas propostas no planejamento, portanto, a amostra foi composta por 7 (sete) homens com idade a partir de 60 anos. Os participantes foram selecionados pela técnica de amostragem bola de neve (snowball sampling), uma técnica de amostragem não probabilística. Tal tipo de amostragem foi a mais adequada para a realização do estudo considerando as características da amostra e as limitações advindas do período de isolamento social. Os critérios de inclusão foram: Homens idosos com acesso à internet, capacidade de utilizar dispositivos digitais e as limitações advindas do período de isolamento social.

3.3 Local da pesquisa

Em decorrência do isolamento social, todos os contatos foram realizados de forma virtual, e em todas as etapas da pesquisa foram fornecidos apoio e suporte para o manuseio da plataforma que foi utilizada na realização das oficinas, por meio da plataforma do *Google Meet*.

3.4 Procedimento de coleta de dados

Durante o mês de dezembro de 2020, os participantes foram convidados para participar da pesquisa, foi-lhes apresentado a proposta do projeto, os objetivos, o percurso metodológico e a estrutura das oficinas através do aplicativo de mensagens instantâneas *Whatsapp*. Em seguida, foi criado um grupo virtual com as pessoas que aceitaram o convite e, posteriormente, foi realizado um questionário sociodemográfico contendo informações como idade, escolaridade, estado civil, renda e arranjo moradia. Este contato foi realizado por meio da plataforma *Google Meet* para investigar e caracterizar a amostra da pesquisa.

As oficinas ocorreram de 28 de janeiro a 26 de abril de 2021, sendo que, *à priori*, as atividades estavam planejadas para finalizar em 29 de março, no entanto o encerramento foi alongado mediante solicitações do grupo. Foram realizadas 9 intervenções na modalidade de oficinas de dinâmicas de grupo que, conforme Afonso (2006), se constituem como uma prática de intervenção psicossocial estruturada com foco em uma questão central que o grupo se propõe a elaborar em um contexto social, une informação e reflexão, trabalhando também os significados afetivos e as vivências que se relacionam com o tema abordado.

As oficinas ocorreram de forma *online* e síncrona através da plataforma *Google Meet*, em razão das medidas sanitárias nacionais de contenção ao vírus da COVID-19 e tiveram duração média de 90 minutos. A música foi utilizada como recurso mediador de cada oficina e os temas foram estruturados a partir das demandas percebidas no grupo. A coleta de dados foi realizada pela equipe da pesquisa e, para tanto, os encontros foram gravados e transcritos, mediante autorização dos participantes. O quadro a seguir apresenta um panorama geral das oficinas realizadas.

Quadro 1: Oficinas de dinâmicas de grupo

Temática	Objetivos	Descrição	Músicas utilizadas
<i>Oficina 1: Início do grupo</i>	Apresentação da equipe e dos participantes, contrato grupal e apreensão das demandas.	Foi realizada a apresentação da proposta da pesquisa, apresentação dos participantes, contrato grupal e apreensão das demandas através da pergunta disparadora “Como você estava no início da pandemia (março de 2020) e como está agora (janeiro de 2021)?”	-
<i>Oficina 2: Lembranças de Carnaval</i>	Retomar os significados do feriado, evocar memórias afetivas e vivenciar algo significativo em comemoração da festividade carnavalesca.	Foi solicitado previamente que cada participante enviasse uma música de carnaval para a equipe, sem que os outros participantes soubessem qual a música escolhida. Com isso, a oficina se estruturou da seguinte forma: Acolhimento, exposição da temática “carnaval e pandemia”, apresentação de um vídeo com trechos das músicas enviadas pelos participantes, discussão sobre as lembranças de carnaval a partir das músicas escolhidas e encerramento.	- Máscara negra (Zé Keti) - Hino de Pernambuco (interpretado por Alceu Valença) - Turbilhão (Moacyr Franco) - Festa do interior (Gal Costa) - Cachaça não é água (Marchinha de carnaval) - Sacarolha (Marchinha de carnaval).

<i>Oficina 3: Inspiração</i>	Proporcionar um espaço de reflexão sobre o que traz inspiração para cada participante, compreendendo como um recurso importante para elaboração de estratégias de enfrentamento e para lidar com o tempo livre no isolamento social.	Foi solicitado previamente que cada participante enviasse uma música que em algum momento lhe foi inspiradora. A intervenção foi estruturada da seguinte forma: Acolhimento, apresentação de vídeo com a música “Tocando em frente” de Almir Sater, introdução a temática, discussão em grupo sobre as músicas escolhidas com perguntas disparadoras e encerramento.	<ul style="list-style-type: none"> - Nocturne in E Flat Major (Chopin) - Prece ao vento (Dorival Caymmi) - Cidadão (Zé Ramalho) - Tareco e Mariola (Flávio José) - Eu só peço a Deus (Beth Carvalho) - Roda Viva (Chico Buarque) - Esperar é caminhar (Marcos Almeida) - Felicidade (Marcelo Jeneci) - Tocando em frente (Almir Sater)
<i>Oficina 4: Temporalidade</i>	Proporcionar um espaço de reflexão sobre a noção de temporalidade no contexto da pandemia, destacando o caráter subjetivo e responsável do ser humano perante o tempo.	Esta oficina se estruturou da seguinte forma: Acolhimento, breve introdução à temática, técnica “um objeto, uma história...”, apresentação da música “tempo”, discussão, encerramento.	<ul style="list-style-type: none"> - Tempo (A banda mais bonita da cidade)
<i>Oficina 5: Paciência e pandemia, uma relação possível?</i>	Proporcionar a expressão de emoções e sentimentos no período pandêmico, proporcionando reflexões também sobre autorregulação emocional e estratégias de enfrentamento.	Esta oficina foi estruturada da seguinte forma: Acolhimento, breve introdução à temática, técnica de Teatro do Oprimido “se você disse que sim”, apresentação da música “a flor da pele” e discussão, apresentação da música “paciência” e discussão com a pergunta disparadora “como se manter paciente quando as emoções estão à flor da pele?” e encerramento.	<ul style="list-style-type: none"> - A flor da pele (Zeca Baleiro) - Paciência (Lenine)
<i>Oficina 6: Sexualidade</i>	Discutir sobre o conceito de sexualidade refletindo sobre mitos, tabus e preconceitos.	A música “mania de você” foi enviada para cada participante pedindo que escutassem e refletissem sobre a música. A oficina se estruturou da seguinte forma: Acolhimento, Psicoeducação sobre sexualidade, mitos e tabus, apresentação da música “Mania de você” (Rita Lee”, discussão e encerramento.	<ul style="list-style-type: none"> - Mania de você (Rita Lee)
<i>Oficina 7: Sexualidade e envelhecimento</i>	Refletir sobre a expressão da sexualidade na velhice, as mudanças biológicas e psicológicas decorrentes do envelhecimento e suas repercussões.	Foi solicitado previamente que cada participante enviasse uma música de carnaval para a equipe facilitadora, sem que os outros participantes soubessem qual a música escolhida por cada um. A oficina se estruturou da seguinte forma: Acolhimento, psicoeducação sobre sexualidade e envelhecimento e discussão, exposição de trechos das músicas enviadas pelos participantes, discussão, encerramento.	<ul style="list-style-type: none"> - Mulheres (Martinho da Vila) - Deixa eu te amar (Agepê) - Cavalgada (Roberto Carlos) - Moça (Wando) - O meu amor (Chico Buarque) - Estado de poesia (Chico César) - Singular (AnaVitória)

<i>Oficina 8: Suporte social em tempos de isolamento</i>	Explicar os principais pontos sobre suporte social bem como refletir sobre a rede de apoio e formas de promover suporte em tempos de pandemia.	Esta oficina foi estruturada da seguinte forma: Acolhimento, técnica “segure o quanto puder!” (elaborada pela equipe), psicoeducação sobre suporte social, apresentação da música “Me conta da tua janela”, discussão e encerramento.	- Me conta da tua janela (AnaVitória)
<i>Oficina 9: Encerramento</i>		Foi realizado o encerramento do grupo, a avaliação do projeto de intervenções que foi executado e o feedback dos participantes.	-

Fonte: Dados das intervenções.

3.5 Procedimento de análise de dados

Foi realizada uma análise descritiva dos dados obtidos no Questionário Sociodemográfico com a utilização do software *Statistical Package for the Social Sciences* (SPSS) v.25. Já na análise dos dados qualitativos foi realizada a análise temática de conteúdo do tipo categorial proposta por Bardin (2016) que compreende três etapas: Pré-análise; Exploração do material e o tratamento dos resultados; Inferência e interpretação.

No período de pré-análise foi sistematizado todo o material das oficinas, para tanto, todas as gravações foram reproduzidas, transcritas e lidas exaustivamente. Na segunda etapa, a exploração do material, foi construída a categorização dos dados, processo este realizado com o recorte dos dados em unidades de registro e, em seguida, confrontados com a literatura. Na última etapa, ocorreu o tratamento dos resultados, inferências e interpretações.

3.6 Aspectos éticos

Foi possibilitado aos sujeitos da pesquisa o esclarecimento sobre a presente investigação, como os riscos e benefícios, métodos e objetivos para que a manifestação da vontade de participar fosse efetivamente livre e consciente. Para tanto, os participantes assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) através de um formulário *online* produzido no *Google Forms*. O processo de gravação das oficinas foi permitido pelos participantes no referido termo e verbalmente durante a fase de triagem.

Todos os procedimentos realizados foram resguardados pelas questões éticas das diretrizes e normas regulamentadoras envolvendo seres humanos, conforme regulamenta as resoluções CNS 216/12 (2012) e CNS 510/16 (2016) do Conselho Nacional de Saúde, bem como segundo o ofício circular N° 2/2021/CONEP/SECNS/MS que versa sobre pesquisa virtuais. Nas sessões seguintes, com o objetivo de resguardar a identidade dos participantes, seus nomes foram substituídos por nomes fictícios.

4. RESULTADOS E DISCUSSÃO

A utilização da música como recurso terapêutico nas oficinas de dinâmica de grupo possibilitou a expressão de sentimentos, recordações e elaborações em cada participante. Neste sentido, este tópico abordará, inicialmente, a caracterização da amostra e, em seguida, as categorias temáticas que emergiram dos discursos dos participantes, sendo estas: Evocação de lembranças; vivências do tempo presente; vulnerabilidades no isolamento social.

4.1 Caracterização dos participantes da pesquisa

Tabela 1: Dados sociodemográficos dos participantes

Variáveis	Frequência absoluta	Frequência relativa (%)
Idade		
60 - 65	3	42,86
66 - 70	2	28,57
71 - 75	1	14,28
76 – 80	1	14,28
Estado civil		
Casado / Vive com companheira(o)	4	57,1
Solteiro	1	14,3
Viúvo	2	28,6
Renda		
Aposentado	7	100
Entre 1 e 2 salários mínimos	2	28,6
Entre 3 e 4 salários mínimos	2	28,6
Mais de 4 salários mínimos	3	42,8
Escolaridade		
Ensino médio completo	2	28,6
Ensino Superior incompleto	2	28,6
Ensino Superior Completo	3	42,8
Moradia		
Casa própria	5	71,4
Casa alugada	2	28,6
Mora sozinho	2	28,6
Mora com esposo(a) / companheiro(a)	3	42,9
Mora com filho	1	14,3
Mora com companheira(o) e filho	1	14,3

Fonte: Dados dos participantes. O valor do salário mínimo é de R\$ 1.212,00.

Os dados sociodemográficos apontam uma prevalência expressiva do número de idosos com idade igual ou inferior a 70 anos com 71,43% da amostra, em que apenas 2 participantes, 28,56% da amostra, têm idade superior a 70 anos. Nesse sentido, a idade dos participantes variou entre 63 e 78 anos, apresentando uma média de 68,28. A medida de dispersão em torno da média da amostra, desvio padrão, foi de 5,61, um dado relevante ao se considerar que quanto menor o desvio padrão mais aproximados estão os valores da média encontrada (OLIVEIRA; MACÊDO SILVA; MOREIRA SOARES, 2019).

Em relação ao estado civil, pouco mais de 57% da amostra é casada e 42,9% é solteira ou viúva. Este dado aponta para outro aspecto da caracterização da amostra, o arranjo moradia expõe que 2 participantes residem sozinhos. É importante considerar as características sociais do período em que esses dados foram coletados, o isolamento social intenso antes do início da vacinação contra a COVID-19. Logo, há uma preocupação maior com estes sujeitos, visto que com o envelhecimento já há uma redução das redes sociais pessoais (GUADALUPE; VICENTE; DANIEL; MONTEIRO, 2019) e com a pandemia, as limitações dessas redes foram acentuadas, como também o sentimento de solidão que é comum na velhice (RIBEIRO; RAMOS, 2020).

No que diz respeito à renda, todos os participantes são aposentados e 71,4% da amostra recebe mais que 3 salários mínimos, um valor destoante da renda média dos idosos no Brasil (até 2 salários-mínimos), segundo a Secretaria Nacional da Família (2020). Há dois fatores importantes para leitura destes dados, o primeiro é que o idoso brasileiro corresponde

à pessoa de referência ou chefe de domicílio em quase 20% dos casos, a saber que este número cresceu mais de 50% entre os anos de 2001 e 2015, bem como, em geral com o envelhecimento aumentam os custos com cuidados em saúde (SECRETARIA NACIONAL DA FAMÍLIA, 2020; FUNDAÇÃO GETÚLIO VARGAS, 2020).

Pouco mais de 70% da amostra chegou a cursar o ensino superior, seja de forma completa ou incompleta, o que se diferencia também dos dados encontrados pela Fundação Getúlio Vargas Social em 2020, em que constatou que o número de idosos entre os pouco escolarizados costuma ser maior que a média da população, chegando a 30% de analfabetos no país. Os resultados aqui analisados podem ser justificados pelo domínio e ou familiaridade com as TICs, condição essencial para participar das oficinas propostas.

Realizar a caracterização da amostra possibilitou perceber que a população estudada difere em alguns aspectos, como renda e escolaridade, da população geral do país. Bem como, permitiu visualizar fatores que exigem maior atenção e cuidado no período em que a pesquisa foi realizada, como o arranjo moradia, ao observar os idosos que residem sozinhos durante o período de isolamento social.

A seguir podem ser visualizadas as categorias e discussão: Evocação de lembranças; Vivências do tempo presente e Vulnerabilidades no isolamento social.

4.2 Categoria 1 -Evocação de lembranças

Tabela 2: Lembranças evocadas pela música

Subcategorias	Frequência	Extratos de falas
Lembranças de momentos	11	<p><i>A música que eu escolhi foi a música que não marcou só pra mim, marcou acho que pra muita gente e ela foi lançada em 67, eu tinha apenas 13 anos (regime militar). (...) Essa música começa com um sentimento de impotência, demonstrado bem na conjuntura social como nós estancamos ou o mundo que cresceu demais e deixamos de acompanhar. O que está acontecendo no presente momento, quer dizer, de repente aparece a pandemia e a gente ficou parado novamente estancado, sem saber pra onde ir, nem o que fazer né?</i> (Nelson, 66 anos)</p> <p><i>Para mim, eu voltei a 1986, então, eu digo que se voltasse de novo eu faria outra vez.</i> (Geraldo, 64 anos)</p> <p><i>Essa música, quando eu escuto (...) eu vejo como se tivesse gravado, como se tivesse passando uma gravação desses momentos que eu vivi...</i> (Geraldo, 64 anos)</p>
Lembranças de pessoas queridas	3	<p><i>...toda vez que escuto essa música, eu vejo minha irmã.</i> (Geraldo, 64 anos)</p> <p><i>...e lá foi que ouvi direitinho (...) a morena bonita que acho ai (na música) é ela.</i> (Lucas, 74 anos)</p> <p><i>Essa música é uma lembrança muito boa e eu acho que toda música que a gente colocou aqui sempre se lembrou de alguém.</i> (Lucas, 74 anos)</p>
Total	14	

Fonte: Dados dos participantes.

A primeira categoria temática aborda a relação entre música e memória. Em consonância com o estudo realizado por Krebs *et al* (2020), os relatos dos participantes

ilustram a música como um recurso para a evocação de lembranças, podendo provocar um sentimento de nostalgia e maior vínculo entre os participantes e a equipe ao compartilhar suas histórias de vida.

É importante considerar a relação entre eventos mnêmicos e estados afetivos, uma vez que as lembranças evocadas pelos participantes, sejam de momentos ou pessoas, estão vinculadas a um afeto positivo ou negativo. Isto porque, como Kucewicz e colaboradores (2018) corroboram, algumas estruturas envolvidas na memória verbal recebem também terminações de vias nervosas vinculadas a sistemas de regulação afetiva. Logo, o fato de uma memória apresentar um conteúdo emocional intenso torna possível sua evocação (CARVALHO; JUNIOR; SOUZA, 2019).

Na primeira subcategoria, Nelson ao afirmar que determinada música “marcou” para ele e para tantas pessoas o ano de 1967 expressa a relação entre o conteúdo afetivo e a evocação de memórias. Pois, o termo “marcar” no relato se refere a um conteúdo afetivo intenso diante do que se estava sendo vivido, logo se tornou algo “marcante” a ponto de se tornar a uma memória de longo prazo.

Por meio da música, Nelson se recorda do período de regime militar e expressa os sentimentos que tais circunstâncias lhe provocaram, fazendo associações com a pandemia da COVID-19 e expressando seus sentimentos diante dessa situação. Nesse sentido, pode-se afirmar que Nelson e os demais participantes puderam não só evocar lembranças, mas contar e recontar essas histórias, fenômenos estes potenciais para superação de momentos de crise, pois é por meio das histórias contadas e recontadas ao se relacionar com outras pessoas que os sentidos atribuídos às experiências são construídos e descritos (VILELA *et al.*, 2020).

Ainda na primeira subcategoria, ao relatar como a música influenciou no processo de evocação de lembranças, os participantes utilizaram expressões como “voltei a 1986” e “como se tivesse passado uma gravação”. Estes relatos ilustram o que foi apontado por Gabriel (2019) que ao evocar fatos do passado armazenados pela memória, narrados oralmente ou de forma escrita, há um exercício de retrospecto que se assemelha a uma espécie de viagem no tempo.

A segunda subcategoria remete a evocação de lembranças de pessoas queridas. Assim como a primeira subcategoria, tais evocações puderam proporcionar um momento retrospectivo. É importante considerar que alguns dos relatos se remetem a pessoas que, devido ao isolamento social, estavam distantes geograficamente. Nesse sentido, foi possível perceber como esse processo pôde contribuir para alívio da saudade diante do isolamento social. Semelhante a este resultado, Cavassin e Teixeira (2020) desenvolveram uma intervenção *online* com música no período de isolamento social e concluíram que foi possível diminuir distâncias e amenizar a saudade.

4.3 Categoria 2 - Vivências do tempo presente

Tabela 3: Vivência do tempo presente evocada pela música

Subcategorias	Frequência	Extratos de falas
Acalento	4	<p><i>Eu acho muito interessante essa música toda (...) muito acalentante, parece aquela coisa bem que ajuda a alma. (Vicente, 78 anos)</i></p> <p><i>É coisa de contemplar, prestar atenção um pouquinho e repensar um bocado de coisa que a gente é melhor se sentar no chão e ouvir uma musiquinha leve, porque se não a gente não aguenta os trancos que vem vindo. (Lucas, 74 anos)</i></p>

		<i>Ela tem tudo que estamos passando agora e ele vai na contramão, quando a vida pede pressa ela tem calma (Geraldo, 64 anos)</i>
Elaboração	8	<p><i>Isso é uma virtude, você se acordar, despertar para aquelas coisas, como a música de Jair Rodrigues, 'pras coisas que não me agradam eu aprendi a dizer não' e dizendo não aí eu conheci esse novo lado da vida, esse lado poético, lado literário, essa convivência que eu tenho com vocês que jamais estaria com vocês se tivesse aí... nem existia mais (Vicente, 78 anos)</i></p> <p><i>Eu não sei se eu andei devagar ou se andei apressado, eu só sei que eu cheguei na idade que eu preciso ter mais pressa ainda. Ta encurtando, tá ficando pequeno, eu não sei qual é a hora que eu vou embora, então eu tenho pressa de andar, de viajar, de conhecer os rios, de conhecer os campos, fazendas e viver o resto de vida que a gente tem. (...) Viver o resto da vida apressado, correndo atrás de tudo, de alegria, de felicidade. (Nelson, 66 anos)</i></p> <p><i>Essa frase que você começou com ela é 'o tempo espera um pouquinho de mim e eu fico esperando pelo tempo' e fica esse jogo, só que o tempo é soberano, eu tô me referindo que essa pandemia vem trazer pra gente, veio sacudir a gente de mostrar que eu não tenho como mudar uma realidade, eu preciso me adaptar a ela. (Geraldo, 64 anos)</i></p>
Total	12	

Fonte: Dados dos participantes.

A segunda categoria temática compreende as vivências do tempo presente. Nesta categoria foram agrupadas as falas que remetem ao que a música pôde proporcionar aos participantes para lidar com o isolamento social e a pandemia, sendo distribuídas em duas subcategorias: acalento e elaboração.

A primeira subcategoria aborda a capacidade que a música possui de evocar estados emocionais em quem a escuta, conforme salientam Paulino, Carvalho e Nigro Filho (2021), Levitin (2021) e Marques (2020), especificamente o conforto emocional que produz no processo de apreciação vinculado a um aumento nos níveis de dopamina (CUERVO; SANTIAGO, 2020). Outrossim, Nogueira e colaboradores (2021) também concluíram que o ato de ouvir música favorece o bem-estar psicológico, remetendo a uma sensação de aconchego e conforto. O relato de Vicente ilustra bem as afirmativas anteriores ao descrever a música como algo “acalentante” e “aquela coisa bem que ajuda a alma”. De forma semelhante, o relato de Geraldo também aborda o acalento que a música pôde lhe proporcionar, ao afirmar que a música tem calma e vai na contramão do período pandêmico.

A fala de Lucas também aborda o conforto que a música pode proporcionar, ao afirmar que “ouvir uma musiquinha leve” se justifica como uma estratégia para aguentar “os trancos que vem vindo”. No entanto, a fala de Lucas também chama a atenção para outro ponto, a contemplação, ao afirmar “é coisa de contemplar (...) se sentar no chão e ouvir uma musiquinha”. Este processo é descrito por Merton (2019) como a mais alta expressão de vida intelectual e espiritual do homem, em que o sujeito se encontra ativo, desperto e consciente da vida que há em si.

A segunda subcategoria compreende o processo de elaboração vivenciado pelos participantes. Para Hartke (2021), a elaboração psíquica consiste no contato com experiências emocionais e de pensar sobre as mesmas, resultando em uma maturação psíquica através de mudanças de cunho emocional e na forma como o sujeito concebe e a si e ao outro. Em

termos práticos, a elaboração psíquica pode ser compreendida como o “acordar” e o “despertar” descrito por Vicente que o permitiu conhecer um “novo lado da vida”.

Outro ponto percebido nesta categoria compreende elaborações sobre temporalidade e finitude, como ilustra o relato de Nelson: “Ta encurtando, tá ficando pequeno, eu não sei qual é a hora que eu vou embora”. Nesse trecho, é possível perceber o que Santos e Nascimento (2021) afirmam, que o contexto pandêmico convocou cada indivíduo a lidar com a possibilidade de morte. Ainda que a morte se constitua como um fenômeno inevitável e inerente ao ser, geralmente, é negado, esquecido, evitado e distanciado de pensamentos, conversas e debates, mas que foi anunciado pela pandemia da COVID-19 (SANTOS; NASCIMENTO, 2021).

No entanto, Nelson, em seu relato, pôde compreender que a morte é uma parte constituinte da existência e que o convoca à responsabilidade perante a vida. Com isso, ele pôde traduzir esta anúncio da pandemia em um desejo de “viver o resto da vida apressado correndo atrás de tudo”. Pois, como Santos e Nascimento (2021) afirmam, a finitude anunciada pela pandemia pode provocar o despertar de novas possibilidades de reconfigurar a vida que se apresenta, a partir de cada um que a vive. Para Nelson, se reconfigurou na “pressa de andar, de viajar, de conhecer os rios, de conhecer os campos, fazendas e viver o resto de vida que a gente tem”.

Por sua vez, Geraldo afirma que a música o levou a perceber a necessidade de se adaptar quando uma situação não pode ser alterada. Este relato é semelhante ao que Viktor Frankl certa vez afirmou, que “quando não podemos mais mudar uma situação, somos desafiados a mudar a nós mesmos” (FRANKL, 2020).

4.4 Categoria 3 - Vulnerabilidades no isolamento social

Tabela 4: Vulnerabilidades no isolamento social expressadas através da música

Subcategorias	Frequência	Extratos de falas
Fragilidade emocional	6	<p><i>Uma letra bem atual inclusive, né? Porque tem dias que, por exemplo, tem dias que eu já... a sensibilidade tá tão aflorada que eu choro até com comercial do boticário. (Caetano, 63 anos)</i></p> <p><i>Ela me fez pensar quando ele diz “até um beijo de novela me faz chorar”. A semana passada eu relatei aqui pra vocês que tava ruim com uma notícia que assisti na televisão da orfandade que essa pandemia tá deixando. Então mexe com a gente, os fatos que a gente escuta porque não tem como fugir. (Geraldo, 64 anos)</i></p> <p><i>Essa música mexe bem com os sentimentos das pessoas, não é a nossa pele que tá a flor, mas a gente já virou pétala, já tá muito frágil, já tá na época de cair, a gente tá caindo aos pedaços e ninguém tá olhando. A gente tá igual ao cachorro sem dono mesmo, batendo de porta em porta, uns chutando e outros jogando pedra. É assim que está acontecendo no nosso país, infelizmente. (Nelson, 66 anos)</i></p>
Sentimento de desamparo	3	<p><i>...essa frase ela trouxe exatamente, muito, muito, muito, essa situação do ano passado. Porque eu acredito que 2020 vai ser uma linha na história da humanidade. Quase como aquela música também de Raul Seixas, “no dia que o mundo parou” ninguém sai para trabalhar porque não tinha o que fazer, trancados dentro de casa sem versar, sem ter condições de ouvir uma música sequer, sem ter condição nem de pensar e se vê só. (Geraldo, 64 anos)</i></p>

...“roda mundo, roda gigante, roda moinho, roda pião. O tempo rodou num instante, nas voltas do meu coração”, quer dizer que o tempo, a gente acha hoje que chegamos a nossa idade, que ele passou de repente, mas uma criança, um adolescente, um adulto... Ele ainda não está tão ligado nesse aí que vai ser tão de repente. (...) a impressão que se tem é que o cerco vai fechando enquanto rodopiamos no mesmo lugar sem ter para onde ir. (Nelson, 66 anos)

A música que passou é, assim, o tempo levando você. Não espera por ninguém. Ele é traidor, né? Que você diz: “Tempo!”. Você para pra conversar com ele, e ele não lhe escuta, né? É, o tempo é uma coisa maluvida, né? Você chama: “Ei, rapaz, me espere! Me diga uma coisa” e ele nada! Lá vai ele, e a música mostra isso da pessoa caminhando e o tempo lá nem aí por você. (Sebastião, 65 anos)

Total	9
--------------	---

Fonte: Dados dos participantes.

A última categoria temática aborda a música como recurso para expressão dos sentimentos provocados pela pandemia, expondo as vulnerabilidades no isolamento social, uma vez que, como Anjos (2022) afirma, as pessoas idosas, em comparação a outros grupos etários, estão mais suscetíveis aos sentimentos de solidão e tristeza no isolamento social.

A primeira subcategoria agrupa as falas que expressam o sentimento de fragilidade emocional. Caetano a descreve como uma sensibilidade aflorada e relata que o choro surge “até com comercial do boticário”. Já o relato de Geraldo aborda a fragilidade decorrente do excesso de informações. Conforme Lima (2021), o excesso de informações da mídia e redes sociais intensificou a instabilidade emocional na população idosa.

O excesso de informações impactou a saúde mental, gerou em muitos idosos o sentimento de impotência e respostas de fuga das informações e evitação das notícias como forma de diminuição da ansiedade (FARIAS, 2021). A população idosa foi a mais afetada pelas notícias devido ao risco maior que o vírus representa para a terceira idade e o medo do contágio, ameaça essa que trouxe ainda mais à tona o temor da finitude e que aliado a falta de contato com a família intensificou o sentimento de solidão (FARIAS, 2021).

Já o relato de Nelson destaca a fragilidade diante do que Anjos (2022) pontuou como o desamparo do Estado com a população idosa no período pandêmico. Nelson utiliza termos como “muito frágil”, “na época de cair” e “caindo aos pedaços” para descrever a fragilidade emocional. Após tais expressões, complementa “e ninguém tá olhando” e “a gente tá igual ao cachorro sem dono” que demonstram a falta de políticas nacionais que acentuou os impactos da COVID-19, o que levou a um dos períodos mais difíceis da história política, econômica e social na região nordeste (KERR *et al.*, 2020).

A segunda subcategoria agrupa os relatos que expressam um sentimento de desamparo. Geraldo faz uma associação da música “no dia em que a terra parou” com o período pandêmico e relata que, diante desse contexto, está trancado dentro de casa “sem versar, sem ter condições de ouvir uma música sequer, sem ter condição nem de pensar e se vê só”. Nelson também aborda tal sentimento ao descrever que “o cerco vai fechando enquanto rodopiamos no mesmo lugar sem ter para onde ir”. Isto porque, a pandemia intensificou a sensação de desamparo de forma que o medo e a angústia se homogeneizaram (SANTOS, 2022).

É importante pontuar que Nelson relata um sentimento de desamparo diante da temporalidade, descreve o tempo e, com ele, o processo de envelhecimento como algo que chegou “tão de repente” e que, diante disso, rodopia no mesmo lugar sem ter para onde ir. É possível perceber também tais temáticas no relato de Sebastião. Ele reconta um diálogo com

o tempo, proposto na música “Tempo” (a banda mais bonita da cidade), e, a partir da obra musical, faz a representação de que o tempo está sempre a sua frente lhe puxando, ainda que peça respostas ou para que espere, o tempo continua a puxá-lo e ele a caminhar.

As afirmações do participante sobre o tempo lhe puxar e ele continuar caminhando podem remeter ao processo de envelhecimento e o sentimento de desamparo durante o processo, o desamparo do tempo que continua a passar. Diante disso, percebe-se que a noção de temporalidade é uma estrutura que constitui a existência, na qual funda-se, como ilustram alguns relatos desta subcategoria, a percepção e o sentido que são atribuídos ao tempo (DRUCKER, 2019).

Nesta categoria, os idosos puderam expressar seus sentimentos e expor a vulnerabilidade decorrente do período de isolamento social, evidenciando que o contato musical pode proporcionar diversos benefícios e se constitui como um importante e acessível instrumento para expressão de sentimentos e emoções na velhice (FERREIRA, 2018), ajudando-os na compreensão de seus sentimentos.

Diante disso, a partir de uma leitura sob a ótica musical, as oficinas puderam proporcionar um espaço para ouvir as melodias de um isolamento social, pois a melodia pode ser compreendida como uma sequência de notas e silêncios em um tempo específico e semelhantemente, o discurso não é composto apenas por conteúdo sonoro, a fala, mas também pelo não sonoro, o silêncio (SOUZA; SOUZA, 2019). Ainda que o mundo tenha desafinado ao som de um vírus (CLARO; ESTEVES, 2020), as falas e os silêncios dos participantes foram acolhidos no período de isolamento social por meio de intervenções *online* com o uso da música.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

A população idosa, por ser considerada um grupo de risco, sofreu de forma ainda mais intensa os impactos do isolamento social e da pandemia da COVID-19. Diante desse contexto, oficinas de dinâmica de grupo de forma virtual com o uso da música se constituíram como uma alternativa viável para fornecer cuidados à saúde mental desta população.

No presente estudo, a música foi um importante recurso para evocação de lembranças de momentos e pessoas queridas, processo este importante para promover um sentimento de nostalgia, bem-estar e amenizar a saudade diante do isolamento. A música também foi importante como um recurso expressivo, logo, possibilitou a expressão das vulnerabilidades que permeiam o viver em um isolamento social. No entanto, não apenas possibilitou a exposição da fragilidade e do desamparo, mas também proporcionou acalento e elaboração para lidar com os sentimentos advindos desse processo.

As oficinas expõem a utilização das TICs como uma alternativa viável para ações de cuidado em saúde com esse público, bem como um meio de desenvolvimento de novas formas de socialização, principalmente diante do isolamento social. Nesse sentido, destaca-se também a importância do desenvolvimento de programas de pesquisa e ações de cuidado à saúde mental dessa população com a utilização da música.

Por fim, através da música, os participantes não só ouviram o som desafinado de uma pandemia, mas compuseram suas próprias melodias do isolamento social, exercendo um papel ativo e protagonista neste processo.

...ao encontrar espaço para falar e escutar, contar nossas histórias por meio da arte, seja com canções ou imagens, podemos redesenhar nossa história e, de naufragos, podemos nos tornar navegantes (Mattos; Rangel, 2021, p. 416).

REFERÊNCIAS

ALVES, José Eustáquio Diniz. Envelhecimento populacional no Brasil e no mundo. **Revista Longeviver**, 2019.

ANJOS, Láisa Junqueira dos. “Eu me importo” com a influência da pandemia no aumento dos crimes contra idosos. **Revista Direito no Cinema**, v. 4, n. 1, p. 10-18, 2022.

BARDIN, Laurence. **Análise de Conteúdo**. São Paulo: Edições 70, 2016.

CARVALHO, Clecilene Gomes de; JUNIOR, Dejanir José Campos; SOUZA, Gleicione Aparecida Dias Bagne. Neurociência: uma abordagem sobre as emoções e o processo de aprendizagem. **Revista da Universidade Vale do Rio Verde**, v. 17, n. 1, 2019.

CAVASSIN, Juliana; DOS SANTOS TEIXEIRA, Aline Maria. “Arraiá Saudade: o meu remédio é cantar!” e a diminuição do distanciamento afetivo durante a Pandemia de COVID-19 no IFRJ campus Duque de Caxias. **RAÍZES E RUMOS**, v. 8, n. 1, p. 270-280, 2020.

CLARO, C.; ESTEVES, Maria Lapa. A música na lupa da psicologia face à pandemia: Covid19!. **Psicología y crecimiento humano**. 2020.

CORREA, Nataly Gomes; ALCAÇAS, Ester Silva Rodrigues; ASSIS, Marcio Antonio de. Linha do tempo para o envelhecimento: Análise de como a população masculina adulta se prepara para a senescência. **Revista Científica UMC**, 2020.

COSTA, Simone da Silva. Pandemia e desemprego no Brasil. **Revista de Administração Pública**, v. 54, p. 969-978, 2020.

CUERVO, Luciane; SANTIAGO, Pedro Ricardo Búcker. Percepções do impacto da pandemia no meio acadêmico da música: um ensaio aberto sobre temporalidades e musicalidades. **Revista Música**, v. 20, n. 2, p. 357-378, 2020.

DRUCKER, Claudia. Arte, temporalidade e música. **Anais do SEFiM-Simpósio de Estética e Filosofia da Música**, v. 4, n. 1, 2019.

DUNBAR, Robin, GAMBLE, Clive; GOWLETT, Jhon. Thinking big: how the evolution of social life shaped the human mind. Londres, Thames e Hudson. 2014.

FACÓ, Isaque Samuel *et al.* Os impactos da COVID-19 na saúde mental de adultos e idosos: possíveis intervenções The impacts of COVID-19 on adult and elderly mental health: possible interventions. **Brazilian Journal of Development**, v. 7, n. 7, p. 70303-70312, 2021.

FARIAS, Milena Fernandes. **Família em contexto de pandemia: estudo sobre os desafios no enfrentamento ao novo coronavírus e os processos-chaves de resiliência de famílias brasileiras ao redor do mundo**. Monografia (Intervenção Familiar: Psicoterapia, Orientação e Mediação de Conflitos) - Universidade de Taubaté. São Paulo, 2021.

FERREIRA, Vitor Hugo Sales. **Os efeitos da utilização da música em idosos institucionalizados**. Trabalho de Conclusão de Curso (Bacharelado em Enfermagem) - Universidade de Brasília, Faculdade de Ciências da Saúde. Brasília. 2018.

FIRME, Joyce Santos. **A importância da música na subjetividade**. Trabalho de Conclusão de Curso (Bacharelado em Psicologia) - Faculdade Católica Salesiana do Espírito Santo. 2015.

FRANKL, Viktor Emil. **Em Busca de Sentido**. Petrópolis: Vozes, 2020.

FUSTINONI, Osvaldo. El cerebro y la música: emoción, creación e interpretación. **Editorial El Ateneo**, 2021.

FUNDAÇÃO GETÚLIO VARGAS. **O retrato dos idosos no país**. 2020.

GABRIEL, Maria Alice Ribeiro. Memórias, “analogias e transposições poéticas”. **Alea: Estudos Neolatinos**, v. 21, p. 158-169, 2019.

GUADALUPE, Sônia *et al.* Redes sociais pessoais e trajetórias de envelhecimento: uma perspectiva etária e de gênero. <http://hdl.handle.net/10316.2/46972>, 2019.

HAMMERSCHMIDT, Karina Silveira de Almeida; SANTANA, Rosimere Ferreira. Saúde do idoso em tempos de pandemia COVID-19. **Cogitare enfermagem**, v. 25, 2020.

HARTKE, R. Vivenciar, sonhar e pensar experiências emocionais: o processo de elaboração psíquica. **Revista de Psicanálise da SPPA**, [S. l.], v. 28, n. 3, p. 625–652, 2021. Disponível em: <https://revista.sppa.org.br/RPdaSPPA/article/view/hartke>. Acesso em: 19 nov. 2022.

KERR, Ligia *et al.* COVID-19 no Nordeste brasileiro: sucessos e limitações nas respostas dos governos dos estados. **Ciência & Saúde Coletiva [online]**. 2020, v. 25, suppl 2 [Acessado 19 Novembro 2022], pp. 4099-4120. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/1413-812320202510.2.28642020>>. Epub 30 Set 2020. ISSN 1678-4561. <https://doi.org/10.1590/1413-812320202510.2.28642020>.

KREBS, Micheli Steinhorst *et al.* Oficina terapêutica de música com usuários do CAPSad: relato de experiência. **Salão do Conhecimento**, v. 6, n. 6, 2020.

KUCEWICZ, Michael *et al.* Evidence for verbal memory enhancement with electrical brain stimulation in the lateral temporal cortex. *Brain*, 141(4), 971–978. Disponível em: <https://doi.org/10.1093/brain/awx373>. 2018.

LEVITIN, Daniel J. **A música no seu cérebro (Nova edição)**: A ciência de uma obsessão humana. Objetiva, 2021.

LIMA, Wenderson Santos; SANTANA, Leandro Sipriano; MARX, Barbara Salla. Subjetividade e emoção na música: a cultura e o afeto relacional. **Revista Idealogando**, v. 2, n. 1, p. 206-220, 2018.

LIMA, Quezia Miranda. **Distanciamento social provocado pelo COVID-19 e o aspecto emocional dos idosos**. Trabalho de Conclusão de Curso (Bacharelado em Fisioterapia) - Pontifícia Universidade Católica de Goiás. 2021.

LOURO, Viviane; CAVALCANTI, Miguel Iago Batista Neves; DOURADO, Clara Natureza dos Santos. **A música como desencadeadora de sofrimento psíquico pela ótica das**

neurociências. In: LOURO, Viviane; NIGRO, Antônio. Tópicos em música e neurociências. Editora UFPE, p. 30-40, 2021.

MATTOS, Sandra Carvalho; RANGEL, Lúcia Helena Vitalli. Música e resiliência: refugiados na Finlândia. **Ciências Sociais Contemporâneas**, p. 401. 2021.

MARQUES, Horácio Antônio Barbosa Tomé. **Música, Razão e/ou Emoção**. 2020.

MASCARO, Alysson Leandro. **Crise e pandemia**. Boitempo Editorial, 2020

MAXIMIANO-BARRETO, Madson Alan et al. A feminização da velhice: uma abordagem biopsicossocial do fenômeno. **Interfaces Científicas-Humanas e Sociais**, v. 8, n. 2, p. 239-252, 2019.

MEDEIROS, Joycimara da Silva Sales de *et al.* Efeito da música como recurso terapêutico em grupo de convivência para pessoas idosas. **Revista Renê**. 2021.

MERTON, Thomas. **Novas sementes de contemplação**. Editora Vozes Limitada, 2019.

MOURA, Maria Lucia Seidl de. Idosos na pandemia, vulnerabilidade e resiliência. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, v. 24, 2021.

MUSZKAT, M. **Música, neurociência e desenvolvimento humano**. A música na escola. In: JORDÃO, Gisele; ALLUCI, Renata; MOLINA, Sergio; TERAHATA, Adriana Miritello. A música na escola. São Paulo, 2012.

NASCIMENTO, Elisiane Damasceno Marques et al. Oficinas terapêuticas com música, em saúde mental. **Revista Contexto & Saúde**, v. 18, n. 34, p. 15-19, 2018.

NOGUEIRA, Cristiane de Matos *et al.* O significado da música para os pacientes no período pós-operatório. **Research, Society and Development**, v. 10, n. 7, p. e27710716359-e27710716359, 2021.

OLIVEIRA, Ana Maria Carneiro; SOUSA, Erica da Silva; FILHO, Disraeli Reis. Alterações físicas, emocionais e psicossociais de idoso na pandemia por coronavírus. **Research, Society and Development**, v. 10, n. 6, p. e44310615964-e44310615964, 2021.

OLIVEIRA, Cassius Gomes; MACÊDO SILVA, Vicente de Tarso Lobo de.; MOREIRA SOARES, Fred Carlo. Desvio padrão e imprecisão de leitura: Paquímetro. **Caderno de Graduação - Ciências Exatas e Tecnológicas - UNIT - SERGIPE**, [S. l.], v. 5, n. 3, p. 27, 2019. Disponível em: <https://periodicos.set.edu.br/cadernoexatas/article/view/7644>. Acesso em: 23 nov. 2022.

PAULINO, Clarissa Evelyn Bandeira; CARVALHO, Ingrid Tatiana Freitas; NIGRO FILHO, Antonio Carlos Rabêlo. É possível utilizar canções para manejo dos sentimentos de estudantes no pré-vestibular?. **Redin-Revista Educacional Interdisciplinar**, v. 10, n. 1, p. 3-31, 2021.

PROVIDELLO, Guilherme Gonzaga Duarte. **Música e subjetividade: experimentações híbridas do pensamento**. 2018.

RIBEIRO, Simone Correia; RAMOS, João Batista Santiago. A solidão da pessoa idosa em tempos de pandemia. **Research, Society and Development**, v. 9, n. 10, p. e3999108786-e3999108786, 2020.

RIZZO, Sandra Cristina; FERNANDES, Edson. Neurociência e os Benefícios da Música para o Desenvolvimento Cerebral e a Educação Escolar. **Revista de Pós-Graduação Multidisciplinar**, v. 1, n. 5, p. 13-20, 2018.

SANTANA, Ronald Santos de; ARAGÃO, Lucas Ibrahim Simões de; BERNARDO, Kátia Jane Chaves. **Intervenção Psicossocial Online com Idosos no Contexto da Pandemia da COVID-19**: um relato de experiência. Boletim De Conjuntura (BOCA), v. 6, n. 16, p. 69-83, 2021.

SANTOS, Laízi da Silva; PARRA, Cláudia Regina. **Música e neurociências-interrelação entre música, emoção, cognição e aprendizagem**. Psicologia. pt. Recuperado de: https://www.psicologia.pt/artigos/ver_artigo.php, 2015.

SANTOS, Caroline Ferreira dos; NASCIMENTO, Senhor Crisóstomo Lima do. COVID-19 E A REINVENÇÃO DA VIDA A PARTIR DO RISCO DE FINITUDE: Um olhar a partir de Viktor Frankl. **Revista Transformar**, v. 14, n. 2, p. 128-144, 2020.

SANTOS, Luciana Oliveira dos. **Medo e desamparo durante a pandemia da COVID-19**: A importância do cuidado como estratégia de enfrentamento desse sofrimento psíquico na contemporaneidade. In: AMARAL, Graziely Alves; MORAES, Marcela Cristina de; Psicologia, subjetividade e sociedade: Por uma presença crítica e ativa na realidade. Porto Alegre, RS: Editora Fi, 2022.

SOUSA, Sarah Lohuamma Almeida Araújo; SOUSA, Marcos Aarão Sales; DOS SANTOS, Janete Silva. 180. Os sentidos do silêncio no discurso musical: uma análise da relação entre poema e melodia na música “Cálice”. **Revista Philologus**, v. 25, n. 75 Supl., p. 2500-15, 2019.

VIEIRA, Érico Douglas. **Neoliberalismo e subjetividade**: Isolamento, desamparo e desvinculação com a vida.. In: AMARAL, Graziely Alves; MORAES, Marcela Cristina de; Psicologia, subjetividade e sociedade: Por uma presença crítica e ativa na realidade. Porto Alegre, RS: Editora Fi, 2022.

SARKAMO, Teppo *et al.* Music, brain, and rehabilitation: emerging therapeutic applications and potential neural mechanisms. **Frontiers in human neuroscience**, v. 10, p. 103, 2016.

SECRETARIA NACIONAL DA FAMÍLIA. **Idosos e família no Brasil**. 2020.

SILVA, D. A. **Fatores contextuais do envelhecimento populacional no nordeste brasileiro**. Tese (Doutorado em Saúde Coletiva) - Centro de Ciências da Saúde, Universidade Federal do Rio Grande do Norte, Natal, 2016.

TIAGO, Bruno Alexandre Bica. **Música viva**: musicoterapia nas estruturas residenciais para idosos. Dissertação de Mestrado. 2021.

VIEIRA, R. A.; MACIEL, L. S. B. Melhor idade, ou naturalização da velhice e produção de

preconceitos?. **Série-Estudos-Periódico do Programa de Pós-Graduação em Educação da UCDB**, 2020.

VIEIRA, Josiane Cristina de Castro. **A utilização da música como recurso de assistência humanizada com pacientes em tratamento de quimioterapia**. Trabalho de Conclusão de Curso (Bacharelado em Enfermagem) - Faculdade Doutor Francisco Maeda, Ituverava, São Paulo, 2021.

VILELA, Laura *et al.* Recursos da terapia narrativa de sessão única em tempos de pandemia e isolamento social. **Nova Perspectiva Sistêmica**, v. 29, n. 67, p. 7-22, 2020.

WEIGSDING, Jéssica Adriane; BARBOSA, Carmem Patrícia. A influência da música no comportamento humano. **Arquivos do MUDI**, Maringá, v. 18, n. 2, p. 47-62, 2014.

YABRUDE, Angela Theresa Zuffo. *et al.* Desafios das fake news com idosos durante infodemia sobre COVID-19: experiência de estudantes de medicina. **Revista Brasileira de Educação Médica**, v. 44, n. Suppl 01, e140, 2020. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1981-5271v44.supl.1-20200381>. Acesso em 15 nov. 2022.

AGRADECIMENTOS

*“Eu aprendi qual é o valor que eu sonho alcançar
Eu entendi que o caminho pedras terá
Eu vi em campo aberto se erguer construção
E foi com muitas pedras, e foi com muitas mãos”*

(Vocal Livre)

Primeiramente, agradeço a Deus em oração e expresso aqui minha gratidão por todo amor, graça e misericórdia que me sustenta todos os dias. Gratidão ao autor de minha fé, vida e história.

Agradeço à minha família com quem divido o riso e o choro, que desde criança me ensinou a lutar para realizar meus sonhos e sempre esteve tão pertinho do meu coração, ainda que a 242 km de distância. Sem dúvidas, sem vocês não teria conseguido. Obrigada por todo amor que se traduziu em força de vida para mim. Se estou escrevendo esses agradecimentos hoje é porque a gente conseguiu... A gente conseguiu! Amo vocês daqui até a eternidade.

Agradeço à minha mãe e ao meu pai que foram meu suporte e minha força em tantos momentos. Obrigada por cuidar tão bem de mim. Obrigada por acreditar. Obrigada por todo amor e cuidado. Obrigada por todas as renúncias. Obrigada por tudo que fizeram e tudo que são. Amo vocês, mainha e painho!

Agradeço em especial ao meu avô Antônio de Freitas. Vô Toinho, o senhor é minha motivação em tantos aspectos nesse caminho que escolhi trilhar. Dizer um “até logo” para o senhor para vir cursar Psicologia foi uma das coisas mais difíceis que já fiz. Mas, a gente conseguiu! Cada choro de saudade partilhado está sendo recompensado, a gente conseguiu, vô. Obrigada por ter segurado minha mão até aqui.

Agradeço aos amigos que tive a alegria de partilhar essa trajetória, vocês fizeram com que fosse mais leve e com mais afeto. Agradeço também aos meus amigos de Custódia que me mostram sempre que o amor resiste à distância. Amigos, vocês fazem parte dessa história e me ajudaram a chegar até aqui.

Agradeço à minha querida orientadora que fez a diferença em minha formação. Desde o início do curso acreditou em mim, segurou minha mão e não soltou mais, caminhando comigo e me ajudando a me tornar quem desejo ser. Nem sei como agradecer por tudo e por tanto!

Agradeço também aos participantes desta pesquisa. Um grupo tão comprometido e gentil. Aprendi muito com cada um e com suas histórias de vida. Obrigada por fazerem esse trabalho possível e terem feito com que fosse tão especial.

Agradeço a UEPB por me permitir a formação em Psicologia e vivências que estão marcadas em minha história. Agradeço a equipe do PET - Saúde Interprofissionalidade, programa de educação tutorial na Unidade Básica de Saúde - Jocel Fechine. Agradeço à Kathleen, Sibelle e Sandra por todo apoio, orientação e parceria, agradeço também às minhas queridas preceptoras Josy, Joselita e Amanda e a todos meus colegas que vivenciaram essa experiência comigo.

Agradeço a equipe do projeto de extensão “Brinquedoteca hospitalar: Espaço de Aprendizagem, Desenvolvimento Psicossocial e Qualidade de Vida”. Em especial à professora Andrea Xavier pelo desenvolvimento proporcionado, pela parceria e pelo acreditar que foi fundamental nesse processo.

Agradeço ao Programa Institucional de Bolsa de Iniciação Científica (PIBIC) pela oportunidade de mergulhar nesse universo que tanto me encanta, pelas possibilidades que vislumbrei com a pesquisa e todo crescimento que essa experiência me proporcionou.

Agradeço também aos professores Juliana Gama, Sibelle Martins e Thiago Fernandes por todo apoio, incentivo e conhecimento partilhado. Vocês marcaram minha graduação de uma forma muito especial. Muito obrigada!

Agradeço também a todos os funcionários do departamento de Psicologia. Cada um com seu jeito único que fizeram com que essa trajetória fosse mais especial.

Agradeço a minha querida banca examinadora. Ao prof Ms Edivan Gonçalves por ter aceitado o convite, pelo apoio e pelas contribuições. Ao psicólogo e mestrando em Psicologia da Saúde (UEPB) Leonardo Farias que também é meu grande amigo Léo, obrigada por ter aceito o convite, pelas contribuições e por todo apoio que sempre recebi de você. Obrigada por tudo! Léo e Edivan, ter vocês na banca é um motivo de muita alegria e satisfação para mim.